

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masalah kepatuhan dalam diet hipertensi adalah salah satu aspek krusial yang sering dihadapi oleh individu yang menderita tekanan darah tinggi. Diet hipertensi adalah pola makan yang dirancang khusus untuk membantu mengontrol tekanan darah dan mencegah komplikasi yang mungkin timbul akibat kondisi ini. Namun, seringkali orang mengalami kesulitan untuk mematuhi pedoman diet ini secara konsisten. Faktor-faktor seperti kebiasaan makan sebelumnya, kecenderungan terhadap makanan yang tinggi garam, dan kurangnya kesadaran akan dampak negatif dari makanan tertentu terhadap tekanan darah, semuanya dapat menjadi hambatan. Selain itu, faktor psikologis seperti stres dan tekanan emosional juga dapat mempengaruhi kemampuan seseorang untuk mematuhi diet hipertensi dengan benar (Nababan, dkk, 2023)

Menurut WHO (*World Health Organization*) di seluruh dunia sekitar 972 juta orang atau 26,4% orang yang di seluruh dunia terkena hipertensi. Dari 972 juta terkena hipertensi, yang berada di negara maju 333 juta dan sisanya yang berada di negara berkembang 639 termasuk di Indonesia yang berada di peringkat ke-2 dari 10 penyakit terbanyak (Kemenkes RI, 2020). Prevalensi hipertensi pada kelompok umur lansia mengalami peningkatan kasus yang cukup tinggi. Kelompok umur 55-64 tahun sebesar 55,2%, kelompok umur 65-74 tahun sebesar 63,2%, kelompok umur 75 keatas tahun 69,5% (Riskesdas, 2018). Angka prevalensi hipertensi di Provinsi Jawa

Timur masih cukup tinggi bila dibandingkan dengan angka prevalensi di Indonesia, yaitu sebesar 26,2%. Sementara pada tahun 2018 prevalensi tekanan darah tinggi sebesar 13,47% (Dinkes Provinsi Jawa Timur, 2018).

Hipertensi, atau tekanan darah tinggi, umumnya disebabkan oleh faktor-faktor seperti gaya hidup yang tidak sehat, seperti diet tinggi garam, konsumsi alkohol berlebihan, merokok, kurangnya aktivitas fisik, serta faktor genetik. Dampak hipertensi pada kesehatan sangat serius, karena dapat meningkatkan risiko penyakit jantung, stroke, gagal ginjal, dan kerusakan organ lainnya. Penatalaksanaan hipertensi melibatkan pendekatan farmakologis dengan penggunaan obat-obatan antihypertensi, seperti diuretik, beta-blocker, ACE inhibitor, atau calcium channel blocker, untuk mengontrol tekanan darah. Selain itu, penatalaksanaan non farmakologis yang mencakup perubahan gaya hidup seperti diet rendah garam, olahraga teratur, berhenti merokok, dan menghindari alkohol berlebihan juga sangat penting. Ketidakepatuhan ini dapat berdampak negatif pada kesehatan dengan meningkatkan risiko komplikasi yang serius, seperti serangan jantung atau stroke. Oleh karena itu, pendidikan yang lebih baik kepada pasien, dukungan dalam memahami peran terapi, serta solusi yang lebih terjangkau dalam pengobatan dapat membantu mengatasi masalah ketidakepatuhan ini (Ida, 2020). Upaya penurunan komplikasi hipertensi salah satunya adalah mempromosikan kepatuhan diet hipertensi (Amelia & Kurniawati, 2020)

Health Belief Model merupakan teori psikologis yang dapat menjadi solusi efektif untuk meningkatkan kepatuhan dalam diet hipertensi. Model ini menekankan pentingnya persepsi individu terhadap risiko kesehatan dan

manfaat dari perilaku kesehatan tertentu. Dengan menerapkan *Health Belief Model* pada konteks diet hipertensi, individu dapat diberi pemahaman yang lebih baik tentang dampak tekanan darah tinggi pada kesehatan mereka, serta manfaat yang dapat mereka peroleh dari mematuhi diet yang tepat. Melalui pendidikan yang komprehensif dan penyampaian informasi yang jelas tentang pentingnya mengendalikan tekanan darah, individu akan lebih cenderung memahami dan menginternalisasi kebutuhan untuk mematuhi diet hipertensi. Selain itu, *Health Belief Model* juga dapat membantu mengidentifikasi dan mengatasi hambatan-hambatan psikologis atau praktis yang mungkin dihadapi oleh individu dalam mematuhi diet ini, sehingga mereka dapat mengambil langkah-langkah konkret untuk mengelola tekanan darah mereka dengan lebih efektif. (Pristianti & Vitaliati. 2023). Berdasarkan uraian masalah diatas, maka peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Penerapan Psikoedukasi Berbasis *Health Belief Model* Dalam Meningkatkan Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Penderita Hipertensi Di Desa Samatan Kecamatan Proppo”

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana Pengaruh Penerapan Psikoedukasi Berbasis *Health Belief Model* Dalam Meningkatkan Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Penderita Hipertensi Di Desa Samatan Kecamatan Proppo?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh Penerapan Psikoedukasi Berbasis *Health Belief Model* Dalam Meningkatkan

Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Penderita Hipertensi Di Desa Samatan Kecamatan Proppo

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi Kepatuhan Diet Hipertensi pada Penderita Hipertensi Sebelum Penerapan Psikoedukasi Berbasis *Health Belief Model* Di Desa Samatan Kecamatan Proppo
2. Mengidentifikasi Kepatuhan Diet Hipertensi pada Penderita Hipertensi Sesudah Penerapan Psikoedukasi Berbasis *Health Belief Model* Di Desa Samatan Kecamatan Proppo
3. Pengaruh Penerapan Psikoedukasi Berbasis *Health Belief Model* Dalam Meningkatkan Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Penderita Hipertensi Di Desa Samatan Kecamatan Proppo

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Bagi Peneliti

Penelitian ini dapat dijadikan masukan dan informasi untuk mengembangkan penelitian yang sangat berharga, sebagai sarana melatih diri untuk menganalisa dan memecahkan masalah dengan metode ilmiah sesuai ilmu pengetahuan yang telah dipelajari selama kuliah.

1.4.2 Manfaat Bagi Responden

Penelitian ini bagi penderita hipertensi memiliki manfaat penting. Pertama, penelitian ini dapat memberikan wawasan mendalam tentang peran sentral keluarga dalam memotivasi dan mengingatkan penderita hipertensi untuk menerapkan diet hipertensi secara konsisten,

sehingga komplikasi penyakit. Kedua, temuan penelitian ini dapat membantu mengembangkan intervensi yang lebih efektif dalam mengedukasi keluarga tentang dampak buruk ketidakpatuhan dan cara optimal dalam memberikan dukungan psikososial kepada penderita. Ketiga, hasil penelitian ini dapat berkontribusi pada peningkatan kesadaran di masyarakat mengenai peran penting keluarga dalam menangani hipertensi sehingga berpotensi membawa dampak positif dalam menurunkan komplikasi sampai kematian akibat penyakit ini.

1.4.3 Manfaat Bagi Insitusi

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai masukan dalam meningkatkan pendidikan atau penulisan bagi setiap institusi utamanya kalangan Universitas Wiraraja Sumenep

